

ความรอบรู้ด้านสุขภาพของผู้มารับบริการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

ผู้วิจัยหลัก : นางบุญปลูก สุทธิผล พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

ผู้ร่วมวิจัย : นางสาวรุ่งนภา พฤกษา พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ นางนิตยา วัดสิงห์ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

* งานพยาบาลบริการให้คำปรึกษาและHealth Literacy โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

หลักการและเหตุผล

การเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อม การเมือง สังคม เศรษฐกิจและด้านอื่นๆ ทั้งของโลกและประเทศไทยมีอิทธิพลต่อสุขภาพของประชาชน โดยเฉพาะพฤติกรรมสุขภาพ ในประชากรไทยยังคงพบว่าพฤติกรรมเสี่ยงที่สำคัญยังคงเป็นเรื่อง การบริโภคยาสูบ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การบริโภคอาหารที่มีรสหวาน มัน เค็ม เกินปริมาณที่แนะนำต่อวัน การมีกิจกรรมทางกายที่ไม่เพียงพอ พฤติกรรมเสี่ยงเหล่านี้จะทำให้เกิดโรคต่างๆ เช่น ถุงลมโป่งพอง ภาวะไขมันในเลือดสูง ความดันโลหิตสูง ระดับน้ำตาลในเลือดสูง ภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนจากการสำรวจอนามัยและสวัสดิการปี2558โดยสำนักงานสถิติแห่งชาติพบว่าจำนวนผู้รับบริการที่โรงพยาบาลเพราะป่วยจากโรคเรื้อรังหรือโรคประจำตัวมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ทำให้ค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพเพิ่มขึ้นด้วยการสร้างความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับประชาชนจึงมีความสำคัญและจำเป็นเร่งด่วนที่จะนำมาแก้ไขปัญหาดังกล่าว

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ คือความสามารถที่เกิดจากกระบวนการเข้าถึง ทำความเข้าใจ ประเมินและประมวลผลเกี่ยวกับข้อมูลสุขภาพที่ได้รับจนนำไปสู่การตัดสินใจแสดงพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมเพื่อจัดการสุขภาพของตนเอง

กรมอนามัยร่วมกับมหาวิทยาลัยมหิดล ได้จัดทำข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็นเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ส่งเสริมสนับสนุนให้มีการพัฒนาภูมิปัญญาด้านแพทย์แผนไทย มีประเด็นสื่อสารหลัก 66 ข้อ (66 Key Messages) และมอบหมายให้ งานบริการพยาบาลให้คำปรึกษาและHealth Literacy ศูนย์อนามัยที่ 5 เผยแพร่ความรู้เรื่องนี้แก่ประชาชนผู้มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ก่อนที่จะให้ความรู้ ได้สำรวจความรอบรู้ด้านสุขภาพตามประเด็นสื่อสาร 66 ข้อ เพื่อทราบสถานการณ์และสามารถนำมาวางแผนสื่อสารสุขภาพได้ตรงประเด็น

วัตถุประสงค์

1.เพื่อศึกษาสถานการณ์ความรอบรู้ด้านสุขภาพตามประเด็นสื่อสารหลัก 66 ข้อ (66 Key Messages) ของผู้มารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

ประโยชน์ของโครงการ

1.เพื่อใช้เป็นแนวทางสำหรับวางแผนยกระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชนที่มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่5ราชบุรี

คำนิยามที่ใช้ในงานวิจัย

ความรอบรู้ด้านสุขภาพ หมายถึง ระดับความรอบรู้และความสามารถของบุคคล ประชาชน ที่ได้รับหรือเข้าถึงข้อมูลข่าวสารสุขภาพ และสามารถเข้าถึงข้อมูลพื้นฐานด้านสุขภาพ และบริการสุขภาพที่จำเป็น เพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์และตัดสินใจด้านสุขภาพที่เหมาะสม

ผู้รับบริการ หมายถึง ประชาชนคนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่มารับบริการทางด้านสุขภาพที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

ประเด็นสื่อสารหลัก (66 Key messages) หมายถึง ข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น ที่ทางมหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับกรมอนามัยกำหนด มีทั้งหมด 66 ข้อ

ระเบียบวิธีวิจัย

1. แบบงานวิจัย

เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Analysis) โดยเก็บข้อมูล ณ ช่วงเวลาหนึ่ง

2. ประชากรที่ศึกษา

กลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงผู้มารับบริการและญาติที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี ในช่วงวันที่

1 ก.พ.2561 - 30มีนาคม 2561 ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ

3. สถานที่และระยะเวลาดำเนินการ

3.1 สถานที่ งานผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

3.2 ระยะเวลาดำเนินการ คือ ธันวาคม 2560-มิถุนายน2561

4. เกณฑ์การคัดเลือกอาสาสมัครเข้าร่วมโครงการ (Inclusion Criteria)

- ประชาชนไทยอายุ15ปีขึ้นไป สามารถอ่านออกเขียนภาษาไทยได้ ซึ่งมารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ
- มีสุขภาพแข็งแรง ไม่พิการทางสายตา การได้ยินและการรับรู้
- มีความสมัครใจและยินดีให้ข้อมูล

เดือน กิจกรรม	พ.ศ.2560				พ.ศ.2561			
	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ย.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.
1.ทบทวนวรรณกรรม และเสนอโครงร่างวิจัย	↔							
2.จัดเตรียมแบบสำรวจ		↔						
3.เก็บข้อมูล			↔					
4.วิเคราะห์ข้อมูลและ สรุปผล					↔			
5.พิมพ์รูปเล่ม							↔	

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แบบสำรวจความรอบรู้ด้านสุขภาพ ซึ่งผู้วิจัยได้รับอนุญาตจาก สขรส. กรมอนามัย และผ่านคณะกรรมการจริยธรรมของกรมอนามัยแล้ว แบบสอบถามประกอบด้วย 3 ตอน ได้แก่ 1.ข้อมูลทั่วไป 2.ข้อมูลด้านสุขภาพ 3.การได้รับข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น 6 ข้อ

6. การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้

หลังจากตรวจสอบความครบถ้วนและความถูกต้องของข้อมูลโดยผู้วิจัยเอง ผู้วิจัยนำข้อมูลไปลงรหัส ผู้วิจัยจะวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติในการวิจัยดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ใช้ค่าสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ได้แก่ ความถี่ และร้อยละ
2. การวิเคราะห์ความรู้ด้านข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น ใช้สถิติร้อยละรายข้อ

ข้อจำกัดของการศึกษา

ข้อจำกัดของการศึกษาโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่5ราชบุรีมีผู้รับบริการทั้งประชาชนไทยและชาวต่างชาติด้วย ข้อจำกัดของภาษาการอ่านออกเขียนภาษาไทยได้จึงเลือกอาสาสมัครเฉพาะประชาชนไทยอายุ15ปีขึ้นไปเท่านั้น

แหล่งทุน : ไม่ได้ขอทุนวิจัย

ผลที่คาดว่าจะได้รับ :

ได้ข้อมูลเพื่อใช้เป็นแนวทางสำหรับวางแผนยกระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพของผู้มารับบริการที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรีต่อไป

ผลการวิจัย

1. การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามซึ่งเป็นผู้มารับบริการในโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ จำนวน 300 คน
มีรายละเอียดดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนร้อยละของข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป		จำนวน	ร้อยละ
เพศ			
	ชาย	82	27.3%
	หญิง	218	72.7%
รวม		300	100%
อายุ			
	15-25 ปี	98	32.7%
	26-35 ปี	129	43.0%
	36- 45 ปี	39	13.0%
	46 ปี ขึ้นไป	24	8.0%
	ไม่บอกอายุ	10	3.3%
รวม		300	100%
ระดับการศึกษา			
	ไม่ได้เรียน	2	0.7%
	ประถมศึกษา	33	11.0%
	มัธยมต้น	62	20.7%
	มัธยมปลาย	85	28.3%
	อนุปริญญา/ปวส.	28	9.3%
	ปริญญาตรี ขึ้นไป	90	30.0%
รวม		300	100%
สถานภาพ			
	โสด	24	8.0%
	สมรส	269	89.7%
	หม้าย	7	2.3%
รวม		300	100%

ข้อมูลทั่วไป		จำนวน	ร้อยละ
ศาสนา			
	พุทธ	290	96.7%
	คริสต์	6	2.0%
	อิสลาม	4	1.3%
รวม		300	100%
อาชีพ			
	ไม่ได้ประกอบอาชีพ	47	15.7%
	รับราชการ/พนักงานราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ	64	21.3%
	พนักงานในหน่วยงานเอกชน	34	11.3%
	รับจ้างทั่วไป	73	24.3%
	เกษตรกร	26	8.7%
	ค้าขาย	34	11.3%
	นักเรียน/นักศึกษา	9	3.0%
	อื่นๆ(ธุรกิจส่วนตัว/ข้าราชการบำนาญ/ครูอัตราจ้าง)	13	4.3%
รวม		300	100%
การอ่าน			
	อ่านไม่คล่อง	15	5.0%
	อ่านได้คล่อง	285	95.0%
รวม		300	100%
การเขียน			
	เขียนไม่คล่อง	22	7.3%
	เขียนได้คล่อง	278	92.7%
รวม		300	100.0%
ความพึงพอใจรายได้			
	ไม่พอใช้จ่าย	12	4.0%
	พอใช้ไม่เหลือเก็บ	99	33.0%
	พอใช้เหลือเก็บ	175	58.3%
	มีหนี้สิน	14	4.7%
รวม		300	100%

ข้อมูลทั่วไป		จำนวน	ร้อยละ
บทบาทในชุมชน			
	ไม่มีบทบาท	277	92.3%
	มีบทบาท	23	7.7%
รวม		300	100%
บทบาท/ตำแหน่งในชุมชน			
	ประธาน/กรรมการชุมชน	5	21.7%
	ประธาน/กรรมการกองทุน	3	13.0%
	อสม.	4	17.4%
	อาสาสมัครอื่น	5	21.7%
	ไม่ระบุตำแหน่ง	6	26.1%
รวม		23	100%
ช่องทางการรับข้อมูลข่าวสาร			
	โทรทัศน์		
	-ไม่ได้รับ	68	22.7%
	-ได้รับ	232	77.3%
	รวม	300	100%
	หนังสือพิมพ์		
	-ไม่ได้รับ	192	64.0%
	-ได้รับ	108	36.0%
	รวม	300	100%
	สื่ออิเล็กทรอนิกส์		
	-ไม่ได้รับ	95	31.7%
	-ได้รับ	205	68.3%
	รวม	300	100%
	แพทย์/พยาบาล/เภสัชกร		
	-ไม่ได้รับ	178	59.3%
	-ได้รับ	122	40.7%
	รวม	300	100%

ข้อมูลทั่วไป		จำนวน	ร้อยละ
ช่องทางการรับข้อมูลข่าวสาร(ต่อ)			
	อสม.		
	-ไม่ได้รับ	255	85.0%
	-ได้รับ	45	15.0%
	รวม	300	100%
	สมาชิกในครอบครัว		
	-ไม่ได้รับ	211	70.3%
	-ได้รับ	89	29.7%
	รวม	300	100%
	เพื่อนหรือเพื่อนบ้าน		
	-ไม่ได้รับ	214	71.3%
	-ได้รับ	86	28.7%
	รวม	300	100%
	เสียงตามสาย		
	-ไม่ได้รับ	256	86.2%
	-ได้รับ	41	13.8%
	รวม	297	100%

จากตารางที่ 1 พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามในงานวิจัยครั้งนี้ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงร้อยละ 72.7
 อายุ26-35ปีร้อยละ43จบการศึกษาปริญญาตรีขึ้นไป ร้อยละ 30 สถานภาพสมรสร้อยละ 89.7
 นับถือศาสนาพุทธร้อยละ96.7ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไปร้อยละ24.3อ่านหนังสือได้คล่อง
 ร้อยละ95 เขียนหนังสือได้คล่องร้อยละ92.7 มีรายได้พอใช้เหลือเก็บร้อยละ58.3 ไม่มีบทบาทใน
 ชุมชนร้อยละ92.3 ช่องทางการรับข้อมูลข่าวสารจากโทรทัศน์ร้อยละ77.3

2.วิเคราะห์การรับรู้ข้อมูลด้านสุขภาพของผู้ตอบแบบสอบถามได้แก่ลักษณะร่างกาย น้ำหนักส่วนสูง เส้นรอบเอว ความดันโลหิต โรคเรื้อรัง สิทธิและสวัสดิการทางสุขภาพ การหาข้อมูลสุขภาพ ตารางที่2 แสดงจำนวนร้อยละของข้อมูลด้านสุขภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

		จำนวน	ร้อยละ
ลักษณะร่างกาย			
	ปกติ	300	100
	ผิดปกติ	0	0
รวม		300	100
น้ำหนัก			
	จำไม่ได้	23	7.7%
	ไม่แน่ใจ	8	2.7%
	จำได้	268	89.3%
	ไม่เคยวัด	1	0.3%
รวม		300	100%
ส่วนสูง			
	จำไม่ได้	37	12.3%
	ไม่แน่ใจ	9	3.0%
	จำได้	254	84.7%
รวม		300	100%
เส้นรอบเอว			
	จำไม่ได้	105	35.0%
	ไม่แน่ใจ	51	17.0%
	จำได้	85	28.3%
	ไม่เคยวัด	59	19.7%
รวม		300	100%
ความดันโลหิต			
	จำไม่ได้	184	61.3%
	ไม่แน่ใจ	63	21.0%
	จำได้	41	13.7%
	ไม่เคยวัด	12	4.0%
รวม		300	100%

โรคเรื้อรัง			
	ไม่เคยตรวจ	198	66.0%
	เคยตรวจ	102	34.0%
รวม		300	100%
ความดันโลหิตสูง			
	ไม่เป็น	284	94.7%
	เป็น	16	5.3%
รวม		300	100%
เบาหวาน			
	ไม่เป็น	280	93.3%
	เป็น	20	6.7%
รวม		300	100%
ไขมันในเลือดผิดปกติ			
	ไม่เป็น	281	93.7%
	เป็น	19	6.3%
รวม		300	100%
โรคหลอดเลือดหัวใจ			
	ไม่เป็น	299	99.7%
	เป็น	1	0.3%
รวม		300	100.0%
		จำนวน	ร้อยละ
อัมพฤกษ์,อัมพาต			
	ไม่เป็น	300	100%
	เป็น	0	0%
รวม		300	100%
ถุงลมโป่งพอง			
	ไม่เป็น	300	100%
	เป็น	0	0%
รวม		300	100%
หอบหืด			
	ไม่เป็น	294	98.0%
	เป็น	6	2.0%
รวม		300	100%

มะเร็ง			
	ไม่เป็น	300	100%
	เป็น	0	0%
รวม		300	100%

จากตารางที่2 ผู้ตอบแบบสอบถามในงานวิจัยครั้งนี้มีลักษณะทางร่างกายปกติทั้งหมด ส่วนใหญ่
 จำข้อมูลสุขภาพของตนเองได้มากที่สุดคือ น้ำหนัก จำได้ร้อยละ 89.3 รองลงมาคือ ส่วนสูง
 จำได้ร้อยละ 84.7 จำได้น้อยที่สุดคือความดันโลหิตร้อยละ 13.7 ส่วนโรคเรื้อรังพบว่าไม่เคยตรวจ
 ร้อยละ66 ในส่วนที่ตอบว่า เคยตรวจพบว่าเป็นเบาหวานร้อยละ 6.7 รองลงมาคือไขมันในเลือด
 ผิดปกติร้อยละ6.3น้อยที่สุดคืออัมพฤกษ์อัมพาต ถุงลมโป่งพองและมะเร็ง ร้อยละ 0 เท่ากัน

ตารางที่3 แสดงข้อมูลสิทธิการรักษาและสวัสดิการทางสุขภาพและการหาข้อมูลสุขภาพ

		จำนวน	ร้อยละ	
สิทธิและสวัสดิการทางสุขภาพ				
	บัตรทอง	142	47.3	
	ประกันสังคม	90	30.0	
	ข้าราชการ	63	21.0	
	รัฐวิสาหกิจ	6	2.0	
	ประกันเอกชน	15	5.0	
	กองทุนสวัสดิการชุมชน	3	1.0	
	(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)			
การหาข้อมูลสุขภาพ				
	สอบถามข้อมูล			
		แพทย์	174	58.0
		พยาบาล	186	62.0
		อสม.	42	14.0
		สมาชิกในครอบครัว	84	28.0
		เพื่อน	65	21.7
	ค้นหาข้อมูล			
		อินเทอร์เน็ต/ไลน์/เฟสบุ๊ก	255	85.0
		หนังสือพิมพ์/วารสาร/หนังสือ	124	41.3
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)				

จากตารางที่3 สิทธิและสวัสดิการทางสุขภาพของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ใช้สิทธิบัตรทองมากที่สุดร้อยละ 47.3 รองลงมาคือประกันสังคมร้อยละ30 น้อยที่สุดคือกองทุนสวัสดิการชุมชนร้อยละ1 ในส่วนการหาข้อมูลสุขภาพจากการสอบถามข้อมูลมากที่สุดคือจากพยาบาลและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขร้อยละ62 รองลงมาคือแพทย์ร้อยละ58และน้อยที่สุดคืออสม.ร้อยละ14 ส่วนการค้นหาข้อมูลส่วนใหญ่ค้นหาจากอินเทอร์เน็ต/ไลน์/เฟสบุ๊กร้อยละ 85

การได้รับข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น(66Key Massage)
 ตารางที่4 แสดงจำนวนและร้อยละของผู้ตอบแบบสอบถามที่ได้รับข้อมูล
 สุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น

ข้อที่	ข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น	ไม่เคยได้ยิน	เคยได้ยิน	ได้ยินไม่เหมือน
		จำนวน/ร้อยละ	จำนวน/ร้อยละ	จำนวน/ร้อยละ
1	เราควรกินอาหารไม่หวาน ไม่มัน ไม่เค็ม และเพิ่มผักผลไม้	11/3.7	288/96	1/0.3
2	เราควรกินอาหารปรุงสุกใหม่ ใช้ช้อนกลาง และล้างมือให้สะอาด	0%	299/99.7	1/0.3
3	เราควรดื่มน้ำสะอาด 6-8 แก้วต่อวันและกินอาหารให้ครบ	3/1.0	295/98.3	2/7
	ทั้งเนื้อสัตว์ ผัก ข้าว ผลไม้และสับเปลี่ยนรายการอาหาร			
	โดยไม่จำเป็นต้องกินอาหารเสริม			
4	เราควรรู้ว่าการกินอาหารหวาน มัน เค็มมาก กินผัก	31/10.3	268/89.3	1/3
	และผลไม้ น้อย ดื่มเหล้า สูบบุหรี่ ไม่ออกกำลังกาย			
	ทำให้เกิดความเสี่ยงต่อโรคเบาหวานความดันโลหิตสูง			
	โรคหัวใจขาดเลือด โรคหลอดเลือดสมองตีบ			
5	เราควรประเมินภาวะอ้วนลงพุงได้ด้วยตนเองโดยการวัด	115/38.3	178/59.3	7/2.3
	รอบเอวแนวสะดือผู้ชายไม่ควรเกิน90เซนติเมตรผู้หญิง			
	ไม่ควรเกิน80เซนติเมตร			
6	เราควรรู้ว่าผลไม้บางชนิดมีน้ำตาลและพลังงานสูง เช่น	24/8.0	276/92.0	0
	ทุเรียน ลำไย จึงควรกินแต่น้อย โดยเฉพาะผู้ที่มีโรค			
	ประจำตัวเช่น หัวใจ เบาหวาน และความดัน			
7	เราควรลุกขึ้นเดินทุก2 ชั่วโมงจะทำให้ร่างกายแข็งแรง	154/51.3	140/46.7	6/2.0
8	เราสามารถป้องกันหรือเลี่ยงอาการออฟฟิศซินโดรม	97/32.3	199/66.3	4/1.3
	ด้วยการพักสายตาจากจอคอมพิวเตอร์ ทุก10นาที			
	เปลี่ยนท่าการทำงานทุก20นาที ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ			
	และแขนทุก 1 ชั่วโมง			
9	เราควรสนับสนุนให้วัยรุ่นและวัยรุ่นทำกิจกรรมที่ได้ออก	89/29.7	204/68.0	7/2.3
	แรงจนรู้สึกเหนื่อยอย่างน้อยวันละ 1 ชั่วโมง			
10	เราควรออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงให้แก่กล้ามเนื้อ	102/34	186/62.0	12/4.0
	วันเว้นวัน			
11	เราควรหลับสนิท7-8 ชั่วโมงต่อคืน	6/2.0	292/97.3	2/7
12	เราสามารถจัดการความเครียดของตนเองได้อย่างเหมาะสม	47/15.7	248/82.7	5/1.7
13	เราต้องมีเป้าหมายในชีวิตและจัดการตนเองให้ไปสู่เป้าหมาย	19/6.3	278/92.7	3/1.0
	นั้นให้ได้			
14	เราควรสนับสนุนให้ผู้สูงอายุเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมเพื่อชะลอวัย	23/7.7	275/91.7	2/7
	มีจิตใจที่แจ่มใสลดภาวะหลงลืม			

ข้อที่	ข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น	ไม่เคยได้ยิน	เคยได้ยิน	ได้ยินไม่เหมือน
		จำนวน/ร้อยละ	จำนวน/ร้อยละ	จำนวน/ร้อยละ
15	เราควรสังเกตอาการของผู้สูงอายุที่เปลี่ยนไป เช่น เหม่อลอย	55/18.3	244/81.3	1/3
	ชอบอยู่นิ่งเฉย นอนไม่หลับ หงุดหงิดง่าย ต่อเนื่องกันควรปรึกษาจิตแพทย์			
16	เราควรรู้สัญญาณเสี่ยงฆ่าตัวตาย เช่น พยายามทำร้าย	55/18.3	244/81.3	1/3
	ตนเอง เฝ้ารอวันที่จะฆ่าตัวตายเพราะอาจทำซ้ำ			
17	เราไม่ควรสูบบุหรี่หรือสูดดมควันบุหรี่ เพราะเป็นอันตราย	8/2.7	290/96.7	2/7
	ถึงชีวิตและผิดกฎหมายหากสูบในที่ห้ามสูบ			
18	เราไม่ควรดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์เพราะเสี่ยงต่อการเกิด	6/2.0	293/97.7	1/3
	โรคเรื้อรังรุนแรง เช่น โรคตับแข็ง โรคหัวใจ ความดันโลหิตสูง			
19	เราควรดูแลสุขภาพช่องปากและฟัน ด้วยการแปรงฟันด้วยยาสีฟัน	43/14.3	248/82.7	9/3.0
	ผสมฟลูออไรด์อย่างน้อยครั้งละ 2 นาทีวันละ 2 ครั้ง			
	และงดกินอาหารหลังแปรงฟัน 2 ชั่วโมง			
20	เราควรอ่านและตรวจสอบข้อมูลก่อนตัดสินใจซื้อบริการ	30/10.0	267/89.0	3/1.0
	สุขภาพ ผลิตภัณฑ์สุขภาพและสมุนไพร ซึ่งควรดูที่มี			
	เครื่องหมายรับรองมาตรฐานการผลิตที่ดี (GMP)			
21	เราซื้ออาหารปรุงสำเร็จจากร้านค้าที่สะอาดมีการปิดคลุม	9/3.0	290/96.7	1/3
	อาหารป้องกันความสกปรกและเชื้อโรคไม่ใช้มือเปล่าหยิบ			
	จับอาหาร หากบรรจุมาแล้วต้องมีวันหมดอายุชัดเจน			
22	เราควรล้างเชิงให้สะอาด เชิงไม้ต้องหมั่นนำออกผึ่งแดด	67/22.3	230/76.7	3/1.0
	เพื่อป้องกันเชื้อรา เก็บไว้ในที่สูงกว่าพื้นอย่างน้อย 60 เซนติเมตร			
	แยกใช้เชิงสำหรับอาหารดิบ อาหารปรุงสุกและผักผลไม้			
23	เราต้องไม่จับถ่ายบนพื้นดินหรือแหล่งน้ำและใช้ส้วมอย่างถูกต้อง	19/6.3	279/93.0	2/7
	เช่น ไม่ขึ้นไปเหยียบบนโถส้วมแบบนั่งราบ			
	ชำระล้างโถส้วมหลังการใช้ส้วมอย่างถูกวิธีทุกครั้ง			
24	เราควรรักษาสีผิวด้วยการลดปริมาณขยะ	1/3	298/99.3	1/3
	ลดการใช้โฟมและพลาสติกที่ใช้แล้วทิ้ง ใช้ภาชนะที่เหมาะสม			
	กับการบรรจุอาหารแทน อาหารร้อนจัดต้องใช้วัสดุที่เหมาะสม			
	ใช้ถุงผ้าหรือกระเป๋าทนอุณหภูมิพลาสติก			
25	เราควรรู้จักสัญลักษณ์ของวัตถุและสถานที่อันตราย	15/5.0	283/94.3	2/7
	"3 เก็บ 3 โรค" ได้แก่ เก็บบ้านไม่ให้รก			
26	เก็บขยะและเก็บน้ำปัดให้มิดชิด ไม่ให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย			
	ป้องกันใช้เลือดออกใช้ฉีดยาและใช้ปวดข้ออยู่ลายหรือฉีดยา	46/15.3	251/83.7	3/1.0

ข้อที่	ข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น	ไม่เคยได้ยิน	เคยได้ยิน	ได้ยินไม่เหมือน
		จำนวน/ร้อยละ	จำนวน/ร้อยละ	จำนวน/ร้อยละ
27	เราควรกำจัดฝุ่นและควันในบ้าน งดการเผาขยะ ลดการจุดธูป	18/6.0	278/92.7	4/1.3
	ไม่สูบบุหรี่ในบ้าน ทำความสะอาดเครื่องปรับอากาศอย่างถูกวิธี			
	และปลุกต้นไม้ช่วยลดมลพิษ			
28	เราควรปรับโครงสร้างและสภาพแวดล้อมของบ้าน	34/11.3	264/88.0	2/7
	ให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุ			
29	หากเราหรือใครมีอาการใดอาการหนึ่งต่อไปนี้ได้แก่	35/11.7	264/88.0	1/3
	โบหน้าปากเขียวแขนขาอ่อนแรงซีกเดียว พูดไม่ชัดและเจ็บหน้าอก			
	รีบไปโรงพยาบาลอำเภอหรือโรงพยาบาลจังหวัดทันที			
30	หากเราพบผู้ป่วยถูกเงินควรแจ้ง 1669 และปั๊มหัวใจ	33/11.0	255/85.0	12/4.0
	เพื่อช่วยชีวิตหากมีภาวะหัวใจหยุดเต้น			
31	การวัดไข้ วัดความดันและชีพจรของตนเองได้เป็นเรื่องจำเป็น	64/21.3	234/78.0	2/7
32	เราควรเข้าใจว่าโรคบางโรคไม่สามารถรักษาให้หายขาด	18/6.0	277/92.3	5/1.7
	และกลับมาเป็นปกติเหมือนเดิมได้			
33	ก่อนตัดสินใจเลือกวิธีการรักษา เราสามารถขอความเห็น	37/12.3	262/87.3	1/3
	จากผู้เชี่ยวชาญท่านอื่นเปรียบเทียบได้			
34	เราสามารถเลือกการรักษาในระยะสุดท้ายของชีวิตได้	90/30.0	205/68.3	5/1.7
35	เราต้องป้องกันตนเองและผู้อื่นด้วยการใส่หน้ากากอนามัย	14/4.7	283/94.3	3/1.0
	เมื่อมีอาการไอหรือจาม และล้างมืออย่างถูกวิธีบ่อยๆ			
	และรู้ว่ากลุ่มเสี่ยงสามารถรับวัคซีนไขหวัดใหญ่ได้ฟรี			
	ที่สถานบริการของรัฐใกล้บ้าน			
36	เราควรรู้อาการเบื้องต้นของโรคเบาหวาน	44/14.7	255/85.0	1/3
37	เราไม่ควรด่วนสรุปว่าการปวดศีรษะและเวียนศีรษะ	38/12.7	260/86.7	2/7
	มาจากโรคความดันเลือดสูงเท่านั้นจึงควรตรวจวัดความดัน			
	และหาสาเหตุอย่างละเอียด ก่อนใช้ยาลดความดัน			
38	เราต้องเฝ้าระวังเมื่อเด็กมีไข้ และมีจุดหรือผื่นแดงในช่องปาก	20/6.7	279/93.0	1/3
	มีตุ่มที่ฝ่ามือฝ่าเท้า อาจเป็น โรคมือเท้าปาก ควรไปพบแพทย์			
	เพื่อปฏิบัติให้ถูกต้อง และระวังการแพร่เชื้อในโรงเรียน			
	ศูนย์เด็กเล็ก และในครอบครัว			
39	เมื่อเราพบว่าเด็กมีไข้สูง ติดต่อกันเกิน 3 วัน ต้องรีบพาไปพบแพทย์	19/6.3	275/91.7	6/2.0
40	เราต้องรู้ว่าจะใช้บริการสุขภาพตามสิทธิของตนได้ที่ใด	48/16.0	231/77.0	1/3
	รู้จักทีมหมอครอบครัวในพื้นที่ สามารถสอบถามเรื่องค่าใช้จ่าย			
	และข้อสงสัยต่างๆ ได้			

ข้อที่	ข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น	ไม่เคยได้ยิน	เคยได้ยิน	ได้ยินไม่เหมือน
		จำนวน/ร้อยละ	จำนวน/ร้อยละ	จำนวน/ร้อยละ
41	เราควรรู้ว่าค่าความดันเลือดและอัตราการเต้นของหัวใจของตนเอง	68/22.7	231/77.0	1/3
	และบอกได้ว่าผิดปกติหรือไม่			
42	เราควรรู้และเฝ้าระวังหากต้องใช้ยาปฏิชีวนะและยาที่ทำให้เสพติด	60//20.0	237/79.0	3/1.0
43	เราควรอ่านและเข้าใจฉลากผลิตภัณฑ์และบริการสุขภาพ	24/8.0	274/91.3	2/.7
	เครื่องสำอาง เครื่องมือแพทย์ วัตถุอันตราย รู้วิธีการที่จะค้นคว้า			
	ตรวจสอบจากแหล่งที่เชื่อถือได้และรู้ว่าร้องเรียนได้ที่ใด			
44	เราสามารถดูแลตนเองเมื่อเจ็บป่วยเบื้องต้น ด้วยยาสมุนไพร	28/7.3	276/92.0	2/.7
	ในงานสาธารณสุขมูลฐาน ยาสามัญประจำบ้าน			
	ทั้งแผนปัจจุบันและแผนโบราณ และใช้ยาเท่าที่จำเป็น			
45	เราต้องให้ข้อมูลเกี่ยวกับการเจ็บป่วยของตนเอง โรคประจำตัว	8/2.7	290/96.7	2/7.0
	ยาผลิตภัณฑ์สุขภาพที่เคยใช้ การแพ้ยา ต่อแพทย์และเภสัชกรได้			
46.	เราควรส่งเสริมการเรียนรู้เพศศึกษาการใช้ถุงยางอนามัย	2/0.7	297/99.0	1/0.3
	เพื่อให้มีเพศสัมพันธ์ที่ปลอดภัย			
	และป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์			
47.	เราต้องใช้ถุงยางอนามัยเพื่อป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี	2/0.7	297/99.0	1/0.3
	โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์และการตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์			
48.	การใช้ชีวิตประจำวันร่วมกับผู้ติดเชื้อเอชไอวี	36/12.0	262/87.3	2/0.7
	และผู้ป่วยเอดส์ ไม่ทำให้ติดเชื้อ			
49.	เราต้องใส่หมวกนิรภัยคาดเข็มขัดนิรภัยและขับรถไม่เกินความเร็ว	3/1.0	297/99.0	0
	่วงง หนึ่งยี่สิบ ไมล์ ไม่ขับ เพื่อความปลอดภัยของตนเอง และผู้อื่น			
50.	หากเราพบคนตกน้ำให้ช่วยด้วยวิธี "ตะโกน โยน ขึ้น" และโทร1669	38/12.7	257/85.7	5/1.7
	ห้ามอุ้มพาดบ่า/กดท้อง/ห้อยหัว เพื่อเอาน้ำออก			
	ต้องช่วยด้วยการเป่าปากสลับกับการกดหน้าท้อง			
51.	หญิงตั้งครรภ์และหญิงให้นมบุตร ควรกินอาหารที่มีประโยชน์	8/2.7	291/97.0	1/0.3
	มีผักผลไม้ทุกวัน เน้น ปลา ตับ ไข่ และเสริมด้วยยาเม็ดบำรุงครรภ์			
	ประกอบด้วยไอโอดีน ธาตุเหล็ก วิตามิน โฟลิค(วิตามินบี9)			
	เพื่อลูกจะได้ฉลาดและแข็งแรง			
52.	หญิงวัยเจริญพันธุ์ควรกินยาเม็ดเสริมธาตุเหล็กและวิตามิน โฟลิค	102/34	192/64.0	6/2.0
	สัปดาห์ละ 1 ครั้ง เพื่อให้สุขภาพแข็งแรงและไม่ซีด			
53	ต้องให้ลูกกินนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน โดยไม่ต้องกินน้ำ	50/16.7	242/80.7	8/2.7
	เมื่อครบ 6 เดือนจึงให้อาหารตามวัยไปพร้อมกัน			
	และควรให้นมแม่ต่อเนื่องจนถึงอายุ 2 ปี			

ข้อที่	ข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น	ไม่เคยได้ยิน	เคยได้ยิน	ได้ยินไม่เหมือน
		จำนวน/ร้อยละ	จำนวน/ร้อยละ	จำนวน/ร้อยละ
54.	ห้ามเด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี ใช้อุปกรณ์เทคโนโลยีเช่น โทรศัพท์ สมาร์ทโฟน แท็บเล็ต ตามลำพัง หรือ ไม่ควรเกิน 1-2 ชม.ต่อวัน	27/9.0	270/90	3/1.0
	เพราะจะส่งผลกระทบต่อพัฒนาการของสมองและสมาธิของ			
	เด็กภายหลังได้			
55.	เมื่ออยู่ใกล้แหล่งที่มีน้ำควรให้เด็กที่มีอายุต่ำกว่า 2 ปี	23/7.7	273/91.0	4/1.3
	อยู่ในความดูแลอย่างใกล้ชิด และสอนเด็กที่รู้ความให้รู้จักป้องกัน			
	การจมน้ำ ด้วยหลัก "อย่าใกล้ อย่าเก็บ อย่าก้ม"			
56.	เราควรให้หญิงหลังคลอดบุตรลดความเสี่ยงจากการซึมเศร้า	66/22.0	232/77.3	2/0.7
	ด้วยการให้นมแม่ ขยับเขยื้อนเคลื่อนไหวร่างกาย และชวนคุย			
	หากมีอาการซึมเศร้า ควรพบจิตแพทย์หรือนักจิตวิทยา			
57.	เราต้องห้ามหญิงตั้งครรภ์ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์	8/2.7	292/97.3	0
	เพราะอาจทำให้กลอดก่อนกำหนด ทารกตายในครรภ์			
	หรือเกิดมาพิการ มีพัฒนาการผิดปกติ			
58.	เราควรตรวจสอบอุปกรณ์เครื่องเล่น ให้อยู่ในสภาพดีก่อนให้เด็กเล่น	1/0.3	299/99.7	0
	และดูแลให้เล่นอย่างปลอดภัย			
59.	หากเราพบเด็กชุกชน ไม่อยู่นิ่ง ใจลอย ไม่อดทนรอ ไม่ค่อยพูด ไม่สบตา	47/15.7	252/84	1/0.3
	ไม่เข้าสังคม บอกความต้องการไม่ได้ ควรพาไปพบแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ			
60.	เราต้องสนับสนุนพ่อแม่ ผู้ดูแลให้เลี้ยงเด็กโดยให้กินดี อบอุ่น เล่นด้วย	2/0.7	298/99.3	0
	เล่านิทานให้ฟัง นอนให้พอ ดูแลช่องปากและฟัน			
	เพื่อให้เด็กมีพัฒนาการสมวัยในทุกด้าน			
61.	เราควรสร้างการรับรู้ว่าช่วงอายุ 20-30 ปี เหมาะสม	37/12.3	262/87.3	1/0.3
	ในการตั้งครรภ์มากที่สุด			
62.	เราควรสนับสนุนการคลอดโดยธรรมชาติ	32/10.7	266/88.7	2/0.7
	ซึ่งเป็นวิธีการที่มีความเสี่ยงน้อยกว่าการผ่าคลอด			
63.	เราต้องสนับสนุนให้เด็กแรกเกิดถึงอายุ 12 ปี	21/7.0	279/93	0
	ได้รับวัคซีนที่ครบถ้วนตามวัย			
64.	เราต้องส่งเสริมให้เด็กแรกเกิดถึง 6 ปี	16/5.3	284/94.7	0
	ทุกคนได้รับการประเมินพัฒนาการและฉีดวัคซีนตามที่ควรได้รับ			
65.	เราควรส่งเสริมให้ผู้หญิงอายุ 20 ปี ขึ้นไปสามารถตรวจเต้านม	51/17.0	245/81.7	4/1.3
	ด้วยตนเองอย่างน้อยเดือนละครั้งเพื่อเฝ้าระวังมะเร็งเต้านม			
66.	เราควรส่งเสริมให้ผู้หญิงอายุ 30- 60 ปี เข้ารับการตรวจคัดกรอง	42/14.0	247/82	11/3.7
	มะเร็งปากมดลูกอย่างน้อย 5 ปีครั้งในกรณีปกติ			

จากตารางที่4 ข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็นผู้ตอบแบบสอบถามในงานวิจัยครั้งนี้ เคยได้ยินมากที่สุดคือข้อ2 เราควรกินอาหารปรุงสุกใหม่ ใช้ช้อนกลางและล้างมือให้สะอาดและข้อ 58 คือ เราควรตรวจสอบอุปกรณ์เครื่องเล่นให้อยู่ในสภาพดีก่อนให้เด็กเล่น และดูแลให้เล่นอย่างปลอดภัย ร้อยละ 99.7 เท่ากันรองลงมาคือข้อ24 เราควรรักษาสิ่งแวดล้อมด้วยการลดปริมาณขยะลดการใช้โฟมและพลาสติกที่ใช้แล้วทิ้ง ใช้ภาชนะที่เหมาะสมกับการบรรจุอาหารแทน อาหารร้อนจัดต้องใช้วัสดุที่เหมาะสม ใช้ถุงผ้าหรือกระเป๋าแทนถุงพลาสติก ร้อยละ99.3 และเคยได้ยินน้อยที่สุดคือข้อ7 เราควรลุกขึ้นเดินทุก 2 ชั่วโมงจะทำให้ร่างกายแข็งแรง ร้อยละ46.7

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยสรุปเป็นประเด็นสำคัญได้ดังนี้

1.จากการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งตอบแบบสอบถามทั้งสิ้น 300 คนนี้ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ72.7 อายุ26-35 ปี ร้อยละ43.0 จบการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ30 สถานภาพสมรส ร้อยละ89.7 นับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ96.7 ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป ร้อยละ24.3 อ่านหนังสือได้คล่อง ร้อยละ95 เขียนหนังสือได้คล่อง ร้อยละ92.7 มีรายได้พอใช้เหลือเก็บ ร้อยละ58.3 ไม่มีบทบาทในชุมชน ร้อยละ92.3 รับข้อมูลข่าวสารจากโทรทัศน์ ร้อยละ77.3

2.การวิเคราะห์ข้อมูลการรับรู้สุขภาพของตนเอง ส่วนใหญ่จำข้อมูลสุขภาพของตนเอง ได้มากที่สุดคือ น้ำหนักร้อยละ89.3 รองลงมาคือส่วนสูงร้อยละ84.7 น้อยที่สุดคือ ความดันโลหิตร้อยละ 13.7 ในส่วนโรคเรื้อรังพบว่า เคยตรวจร้อยละ34 โรคที่เป็นมากที่สุดคือ เบาหวานร้อยละ6.7 รองลงมาคือ ไขมันในเลือดผิดปกติร้อยละ6.3 น้อยที่สุดคืออัมพฤกษ์อัมพาต ฉุกเฉินโป่งพองและมะเร็งร้อยละ0 เท่ากัน ในเรื่องสิทธิการรักษาและสวัสดิการทางสุขภาพ ใช้สิทธิบัตรทองมากที่สุด ร้อยละ47.3 รองลงมาคือ ประกันสังคม ร้อยละ30 น้อยที่สุดคือกองทุนสวัสดิการชุมชน ร้อยละ1 ในส่วนการหาข้อมูลสุขภาพจากการสอบถามข้อมูลจากพยาบาลและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขมากที่สุดร้อยละ62 รองลงมาคือแพทย์ร้อยละ58 น้อยที่สุดคือ อสม.ร้อยละ14 ส่วนการค้นหาข้อมูลส่วนใหญ่ค้นหาจากอินเทอร์เน็ต/ไลน์/เฟสบุ๊ค ร้อยละ85

3.ข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็นผู้ตอบแบบสอบถามในงานวิจัยครั้งนี้เคยได้ยินมากที่สุดคือข้อ2 เราควรกินอาหารปรุงสุกใหม่ ใช้ช้อนกลางและล้างมือให้สะอาดและข้อ 58คือเราควร ตรวจสอบอุปกรณ์เครื่องเล่นให้อยู่ในสภาพดีก่อนให้เด็กเล่นและดูแลให้เล่นอย่างปลอดภัยร้อยละ99.7 เท่ากันรองลงมาคือข้อ24เราควรรักษาสิ่งแวดล้อมด้วยการลดปริมาณขยะลดการใช้โฟมและพลาสติกที่ใช้แล้วทิ้ง ใช้ภาชนะที่เหมาะสมกับการบรรจุอาหารแทน อาหารร้อนจัดต้องใช้วัสดุที่เหมาะสม ใช้ถุงผ้าหรือ กระเป๋าแทนถุงพลาสติกร้อยละ99.3และเคยได้ยินน้อยที่สุดคือข้อ7 เราควรลุกขึ้นเดินทุก2ชั่วโมงจะทำให้ร่างกายแข็งแรงร้อยละ46.7

อภิปรายผลการวิจัย

1. จากการวิเคราะห์ข้อมูลการรับรู้ข้อมูลด้านสุขภาพของตนเองของผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่จะรู้น้ำหนักและส่วนสูงมากกว่าร้อยละ80ซึ่งจะสามารถประเมินตนเองได้ว่าอ้วนหรือผอมแต่ความดันโลหิตเส้นรอบเอวจะจำไม่ได้และไม่เคยวัดมากกว่าร้อยละ70 แสดงให้เห็นว่าประชาชนยังไม่ตระหนักว่าตนเองมีความเสี่ยงในการเกิดโรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน ไขมันในเลือดผิดปกติโรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน รวมทั้งโรคเรื้อรังเคยตรวจเพียงร้อยละ34 ที่เหลือไม่เคยตรวจทำให้ไม่ทราบและไม่ได้รับการรักษาอย่างทันท่วงที ในการหาข้อมูลด้านสุขภาพส่วนใหญ่จะสอบถามจากพยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุขและแพทย์ หากเจ้าหน้าที่เหล่านี้ให้ข้อมูลด้านสุขภาพมากขึ้นประชาชนน่าจะรับรู้และนำไปใช้ดูแลตนเองได้มากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของกองสุศึกษา(2554)และอาณัติและคณะ(2558)พบว่าความรอบรู้ด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์กับผลลัพธ์ด้านสุขภาพ ระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพต่ำผลลัพธ์ด้านสุขภาพจะไม่ดี

2.จากข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็นทั้งหมด66ข้อ ส่วนใหญ่ผู้ตอบแบบสอบถามจะเคยได้ยินมากกว่าร้อยละ70 ยกเว้นข้อ5,7,8,9,10,34,52 ซึ่งอาจจะมีการสื่อสารประชาสัมพันธ์เรื่องเหล่านี้น้อยเกินไป และอาจจะไม่ตรงกับกลุ่มเป้าหมาย

ข้อเสนอแนะ

จากการศึกษาในเรื่องนี้สามารถนำไปในการปฏิบัติเพื่อยกระดับความรอบรู้ด้านสุขภาพของประชาชนได้ดังนี้

- 1.การสื่อสารด้านสุขภาพควรใช้ช่องทางโทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต/ไลน์/เฟสบุคซึ่งเป็นช่องทางที่ประชาชนนิยมใช้จะทำให้การสื่อสารทำได้ครอบคลุมมากขึ้น
- 2.แพทย์ พยาบาลและเจ้าหน้าที่สาธารณสุขควรให้บริการเสริมสร้างทักษะความรอบรู้ด้านสุขภาพให้กับผู้รับบริการในสถานบริการมากขึ้น
- 3.ควรศึกษาวิจัยในมิติอื่นๆของความรอบรู้ด้านสุขภาพเช่นความเข้าใจ การตัดสินใจ การปฏิบัติในเรื่องเกี่ยวกับข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญ
- 4.ควรจัดทำสื่อประกอบการให้ข้อมูลสุขภาพพื้นฐานที่สำคัญและจำเป็นทั้ง66ข้อให้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายเช่น อุปกรณ์สาธิต รูปภาพ คลิปวิดีโอ

เอกสารอ้างอิง

กองสุศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข.(2554). ความฉลาดทางสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่1.กรุงเทพฯ: นิเวศธรรมดาการพิมพ์.

อาณัติ และคณะ.(2558). โครงการพัฒนาความแตกฉานด้านสุขภาพในกลุ่มผู้สูงอายุในตำบลศรีไคว อำเภวารินชำราบอุบลราชธานี.

วิมล และคณะ. กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.(2561). การพัฒนาชุดข้อมูลความรู้พื้นฐานที่สำคัญและจำเป็น สำหรับประชาชนไทย. กรุงเทพฯ.